

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dewasa ini olahraga merupakan hal yang sangat penting, sebagai program kehidupan yang sehat. Kegiatan olahraga telah mendapat perhatian dari pemerintah dan seluruh rakyat, baik yang tinggal di kota maupun yang tinggal di pelosok-pelosok pedesaan. Olahraga telah mendapat tempat yang penting, dan tidak lagi dianggap sebagai milik sekelompok usia tertentu, akan tetapi semua usia dapat melakukannya. Hal ini dapat dilihat pada negara-negara yang dimana kemajuan teknologinya telah maju dengan pesatnya. Kebutuhan olahraga ini telah dirasakan perlunya, karena banyak aktifitas-aktifitas manusia yang memerlukan gerak, agar supaya badan tetap sehat serta tingkat kesegaran jasmani seseorang tetap dalam kondisi prima.

Pemassalan dan pembinaan merupakan satu proses yang saling berkaitan dan saling menunjang, dengan tujuan untuk memperkuat dasar dan prestasi olahraga di Indonesia. Yang dimaksud dengan pemassalan dan pembinaan disini, bukanlah berarti banyaknya atau ramainya kegiatan bulutangkis, akan tetapi kegiatan yang berkesinambungan, sehingga tidak terjadi kevakuman akan bibit-bibit pemain dimasa yang akan datang. Sedangkan yang melaksanakan pembinaan pada cabang olahraga bulutangkis adalah; para pembina yang meliputi pelatih dan guru pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Dalam hubungannya, tugas sebagai pelatih dan guru pendidikan jasmani adalah memperkaya diri dengan berbagai bentuk latihan atau metode

mengajar yang telah dikuasainya, dengan tujuan untuk menyempurnakan metode lama yang tidak efisien lagi untuk dipergunakan. Kekeliruan yang dilakukan oleh para pelatih dan guru pendidikan jasmani dalam penyajian atau memilih bentuk-bentuk latihan, akan memberikan kesukaran dalam memperbaiki kebiasaan yang kurang tepat atau salah.

Hampir semua negara didunia ini menaruh perhatian besar terhadap kegiatan olahraga dinegaranya, oleh karena olahraga tidak hanya berperan dalam meningkatkan kesegaran jasmani masyarakat suatu bangsa, akan tetapi olahraga juga ikut andil dalam mengharumkan nama bangsa yang pada gilirannya olahraga akan membawa keharuman nama Bangsa dan Negara di forum Internasional.

Di Negara kita prestasi olahraga yang telah dicapai dari waktu ke waktu mengalami pasang surut diakibatkan oleh berbagai faktor hambatan. Namun dalam dekade ini boleh dikatakan sedikit demi sedikit mengalami kemajuan. Ini dapat dilihat pada beberapa cabang olahraga yang telah mampu mengukir prestasi, baik cabang olahraga perorangan maupun cabang olahraga beregu atau tim, seperti atletik, bulu tangkis, sepak takraw dan lainnya. Prestasi yang telah dicapai harus terus ditingkatkan secara optimal untuk mengharumkan dan mengangkat derajat bangsa kita di forum Internasional.

Di provinsi Sulawesi Barat prestasi dalam cabang olahraga bulutangkis kurang menggembirakan, terbukti setiap mengikuti kejuaraan tidak pernah memperlihatkan hasil sesuai dengan yang diharapkan, sehingga itu memerlukan pengembangan yang lebih terprogram dan terencana, utamanya dalam hal kondisi fisik.

Pencapaian prestasi yang optimal dari seorang atlet ditentukan oleh tingkat kesegaran fisik. Untuk itu, melalui latihan fisik atlet mempersiapkan diri untuk tujuan tertentu. Tujuan pelatihan fisik yang utama dalam olahraga prestasi adalah untuk mengembangkan kemampuannya ke standar yang paling tinggi.

Latihan fisik pada prinsipnya adalah memberikan tekanan fisik pada tubuh secara teratur, sistematis dan berkesinambungan sedemikian rupa sehingga meningkatkan kemampuan didalam melakukan kerja. Latihan fisik yang teratur, sistematis dan berkesinambungan yang dituangkan dalam suatu program latihan akan meningkatkan kemampuan fisik secara nyata, tetapi tidak demikian halnya apabila latihan dilakukan tidak secara teratur.

Dengan dukungan kondisi fisik yang baik akan lebih memberikan kesiapan kemampuan fungsional organ tubuh, sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Namun semua ini tergantung pada kesiapan dan keseriusan atlet dalam melaksanakan program latihan.

Dalam upaya peningkatan prestasi diperlukan usaha yang multi disipliner dan penekanan secara ilmiah merupakan faktor utama yang perlu diperhatikan. Sudah berbagai penelitian dilakukan untuk menggali informasi - informasi aktual khususnya yang berkaitan dengan kemampuan fisik yang menunjang pencapaian prestasi.

Adapun komponen kondisi fisik yang diduga berperan dan menunjang kemampuan servis pendekdalam permainan bulutangkis diantaranya adalah kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangans. Ketiga komponen kondisi fisik ini dapat ditingkatkan sampai batas submaksimal

sesuai dengan tingkat kebutuhan yang diperlukan dalam pelaksanaan servis pendek pada permainan bulutangkis.

Olahraga bulutangkis merupakan olahraga yang dikenal di tanah air kita sejak lama. Namun tidak semua orang mengetahui asal mula permainan atau olahraga bulutangkis tersebut. Olahraga bulutangkis berasal dari Negara tetangga kita di Asia yaitu India. Di India olahraga bulutangkis disebut *Poona*. Pada tahun 1871 oleh opsir-opsir Inggris, olahraga *poona* ini di bawa kenegaranya dan di sana namap~~oona~~oona ini di ganti nama lain yaitu *Badminton*.

Di Indonesia, permainan ini diduga masuk lewat orang Eropa yang membawanya ketika mereka datang. Pada awalnya bulutangkis banyak dimainkan di Jawa dan Sumatera, khususnya Medan yang memiliki lahan perkebunan milik orang asing. Sebelum merdeka sudah banyak *club* yang didirikan dan mereka telah membuat pertandingan *regular* antar pemain.

Salah satu usaha untuk mengharumkan nama bangsa dan negara adalah melalui olahraga. Oleh karena itu pendidikan dan pembinaan olahraga harus terus ditingkatkan sesuai dengan tujuan pendidikan olahraga yaitu pembinaan dan peningkatan pengembangan olahraga diarahkan kepada terbentuknya manusia siap fisik dan mental serta berprestasi. Sebab keberhasilan suatu bangsa di dalam pembangunan tergantung pula pada kesanggupan fisik dan mental manusianya.

Servis merupakan pukulan yang mengawali atau sajian bola pertama sebagai permulaan permainan. Pukulan servis pendek dapat dilakukan dari depan dada sejajar dengan pinggang. Dalam penelitian ini difokuskan pada teknik servis pendek. Maka

kekuatan lengan harus mempunyai kualitas kekuatan yang baik. Selain itu dalam melakukan servis pendek agar berhasil dengan baik, maka harus didukung oleh pergelangan tangan yang luwes. Fleksibilitas tangan berperan ketika melakukan servis pendek dalam permainan bulutangkis, karena *fleksibilitas* pergelangan tangan merupakan poros dari gerakan tangan untuk melakukan servis. Sedangkan koordinasi mata-tangan berperan untuk mensinergikan antara gerakan tangan dengan mata pada saat melakukan servis pendek. Dengan adanya kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan, maka servis pendek tersebut dapat dilakukan dengan terkontrol dan dapat mengarahkan dan menempatkan *shuttlecock* pada daerah dekat garis depan area lawan, sehingga sulit untuk dipukul keras atau di smash oleh lawan.

Walaupun dari ketiga komponen kondisi fisik tersebut berpengaruh terhadap kemampuan servis pendek, tetapi sejauh ini belum diketahui seberapa besar pengaruh kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Dengan demikian, hal inilah yang melatar belakangi permasalahan untuk mengetahui pengaruh yang lebih jelas pada komponen fisik tersebut, guna mencapai kemampuan servis pendek yang maksimal dalam permainan bulutangkis tanpa mengesampingkan aspek - aspek lainnya

Kalau dilihat dari pengamatan bahwa kualitas permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar masih kurang bagus, karena masih banyak teknik dasar bulutangkis yang perlu diperhatikan oleh guru yakni

teknik dasar servis pendek, karena servis pendek dalam permainan bulutangkis adalah salah satu pukulan yang bisa menghasilkan poin dari lawan. Dari hasil pengamatan yang saya perhatikan di setiap kejuaraan yang dilaksanakan di Kabupaten Polman Mandar, siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar tidak pernah memperlihatkan hasil sesuai dengan yang diharapkan karena kurangnya kemampuan dalam melakukan servis pendek. Bertitik tolak pada permasalahan di atas, Penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Pengaruh Kelentukan Pergelangan tangan, Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan bahwa kelenturan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar

Dengan demikian dalam penelitian ini akan dikaji secara terperinci tentang pengaruh kelenturan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Adapun permasalahan yang perlu dirumuskan sebagai berikut

1. Apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar?
2. Apakah ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar?
3. Apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar?
4. Apakah ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar?
5. Apakah ada pengaruh langsung koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar?
6. Apakah ada pengaruh kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan?
7. Apakah ada pengaruh kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
4. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
5. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
6. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan.
7. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan.



#### **D. Manfaat Hasil penelitian**

Hasil yang dicapai dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Dapat lebih memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya dibidang keolahragaan, tentang pengaruh kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.

##### **2. Manfaat Praktis:**

- a. Sebagai bahan perbandingan bagi pembina, guru penjas maupun pelatih olahraga bulutangkis, bahwa unsur kondisi fisik kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan dapat dijadikan sebagai salah satu pedoman dalam memilih maupun untuk meningkatkan prestasi altet/siswa yang dibinanya.
- b. Sebagai bahan informasi bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian selanjutnya dengan melibatkan variabel lain dengan populasi yang lebih luas.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. KESIMPULAN**

Dari hasil pengujian hipotesis serta pembahasan hasil penelitian, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
2. Ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap koordinasi mata-tangan pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
2. Ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
3. Ada pengaruh langsung kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
4. Ada pengaruh langsung koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.
5. Ada pengaruh kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan.

6. Ada pengaruh kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMP 4 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar melalui koordinasi mata-tangan.

## **B. SARAN**

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Dalam upaya meningkatkan kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis, maka pelatih, pembina guru penjas perlu mengembangkan berbagai macam bentuk latihan ataupun metode mengajar yang dapat meningkatkan komponen kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan secara sistematis dan berkesinambungan melalui program jangka pendek, menengah dan jangka panjang.
2. Dalam mencari pemain bulutangkis untuk tingkat nasional, khususnya pada tingkat sekolah, harus melalui tes fisik dan tes kemampuan servis pendek.
3. Untuk mendapatkan gambaran yang lebih lengkap tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis selain variabel yang diteliti, maka perlu penelitian yang lebih lanjut.

